

Program Intervensi Kognitif-Perilaku Dalam Menurunkan Kecemasan Sosial di Lingkungan Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Atas = Cognitive Behavioral Intervention Program to Decrease Social Anxiety in Academic for High School Student

Aristya Puspita Adi Wardhani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20491696&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas dari intervensi kognitif-perilaku dalam menurunkan kecemasan sosial pada siswa SMA di lingkungan akademik. Intervensi ini disusun berdasarkan tiga level tujuan intervensi kognitif-perilaku yang dikemukakan oleh Stallard (2005). Penelitian ini menggunakan mixed method design, yaitu dengan menggabungkan data secara kualitatif dan kuantitatif untuk melihat sejauhmana kecemasan sosial subjek penelitian sebelum dan setelah pemberian intervensi kognitif-perilaku. Data kualitatif diperoleh dengan wawancara terhadap subjek, guru dan teman sekolah dengan berpedoman pada tiga subskala kecemasan sosial dari La Greca dan Lopez (1998). Data kuantitatif diperoleh dengan mengukur tingkat kecemasan subjek menggunakan alat ukur Social Anxiety Scale for Adolescent (SAS-A) yang telah diadaptasi oleh Oktarani (2014).

Dari data yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa intervensi kognitif-perilaku ini dapat menurunkan tingkat kecemasan sosial subjek di lingkungan akademik. Agar mendapatkan hasil penelitian yang optimal, penting untuk membangun kepercayaan terhadap subjek penelitian dan melibatkan orang lain di sekitar subjek saat intervensi dilakukan.

.....The intervention program based on three levels of cognitive-behavioral intervention objectives defined by Stallard (2005). This research study uses mixed method design, by combining data qualitatively and quantitatively to see the extent of social anxiety of the research participant before and after the cognitive-behavioral intervention is given. The qualitative data were obtained by interviewing the participant, participant's teachers, and participant's schoolmates. The interviewing guide is based on three social anxiety subscales defined by La Greca and Lopez (1998). Therefore, the quantitative data were obtained by measuring the level of anxiety of the participant using the Social Anxiety Scale for Adolescent (SAS-A) that had been adapted to Bahasa Indonesia by Oktarani (2014).

The result showed that cognitive-behavioral intervention can reduce the level of social anxiety of the participant in the academic environment. Building trust with the participant and involving other people around the participant-such as parents and teacher- are important in order to get the optimum research results.